

Estrategia metodológica para mejorar el pensamiento táctico en judocas pioneriles

Methodological strategy to improve tactical thinking in pioneering judokas

Yeniseys González-Pereira¹, Alejandro Martín-Moros², Yoel Peña-Silot³

¹Lic. Dirección Municipal de Deportes Cueto. Holguín, Cuba. ygp8407@nauta.cu

²M.Sc. Profesor Asistente. Universidad de Holguín. Holguín, Cuba. ammoros@nauta.cu

³Esp. Dirección Municipal de Deportes Holguín. Holguín, Cuba. ypeñas@nauta.cu

Fecha de recepción: 18 de septiembre de 2018.

Fecha de aceptación: 19 de octubre de 2018

RESUMEN

La presente investigación valora el carácter pedagógico del entrenamiento deportivo, que se manifiesta en el accionar del entrenador como principal guía del proceso. Se propone la elaboración de una estrategia metodológica para mejorar el pensamiento táctico en judocas pioneriles. La misma posee un alto contenido del componente táctico. Para la realización de la investigación se emplearon técnicas y métodos como revisión de documentos, análisis bibliográficos, encuestas y observaciones. De igual forma se determinaron aspectos teóricos que sirven de fundamento a la preparación táctica y a la toma de decisiones en el judo.

Palabras claves: Estrategia metodológica; Preparación táctica; Pensamiento táctico; Toma de decisiones

ABSTRACT

The present research values the pedagogical character of sports training, which is manifested in the coach actions as the main guide of the process. It is proposed the development of a methodological strategy to improve tactical thinking in pioneering judokas. It has a high content of the tactical component. In order to carry out the research, techniques and methods were used, such as document review, bibliographic analysis, surveys and observations. In the same way, theoretical aspects that serve as a basis for tactical preparation and decision making in judo were determined.

Key words: Methodological strategy; Tactical preparation; Tactical thinking; Decision making

INTRODUCCION

El judo es uno de los deportes que más logros en eventos internacionales le ha dado a nuestro país, siendo la provincia Holguín vanguardia en este sentido, al poseer dos campeonas olímpicas, y varias medallas a nivel mundial. Estos aspectos comprometen a perfeccionar los modos de preparación, en busca de resultados significativos.

La idea de investigar en el pensamiento táctico del judo, se fundamenta en los estilos de enseñanza que se mantiene en las categorías inferiores, donde se inicia el aprendizaje del judo. Debido a la introducción de cambios en el reglamento de competencia, se ha hecho necesario buscar un espectáculo deportivo más dinámico. Cada cierto tiempo se han realizado estos cambios, pero no así en la utilización de la ciencia y la técnica, para crear nuevos métodos que resuelvan las deficiencias de forma general, y en especial a las destinadas a la preparación táctica. Para aumentar las posibilidades de efectividad de nuestros atletas en las distintas situaciones de actividad competitiva, es de vital importancia la preparación táctica, como dirección determinante de rendimiento.

En el extremo opuesto a la metodología propuesta, se encuentra el uso del juego sin sentido, sin una planificación, sin una programación que justifique y oriente la actividad. Se cree que es función del docente plantearse el momento en que se encuentran sus alumnos, las etapas por las que van transitando, sus características y sus necesidades para, en función de ellas, intentar responder con eficacia y brillantez. El hecho de presentar una enseñanza dinámica y amena, no está reñido ni con el aprendizaje correcto de las técnicas, ni con un efectivo desarrollo físico – psíquico. Lo anterior más bien se corresponde con un enfoque adecuado de la táctica deportiva.

El presente trabajo pretende un acercamiento a la actividad competitiva vinculada al proceso educativo, y a la vez potenciadora del pensamiento táctico del judoca desde la etapa inicial. El judo es un deporte de combate que se encuentra delimitado por el tiempo, pues los combates duran de 2 a 4 minutos en función de las categorías, y por el espacio, o sea, el tatami o tapiz. Además, es individual y requiere de gran inteligencia motriz.

Las intenciones del adversario, deben ser conocidas para diseñar una estrategia de actuación y para dar una rápida solución mental. En consecuencia, es necesario intuir sus movimientos contando especialmente con la información obtenida por los mecanismos propioceptivos, gracias al contacto con el oponente. Teniendo en cuenta los dos principios fundamentales del judo, los cuales plantean que la agilidad puede vencer a la fuerza y que la victoria puede obtenerse con un gasto mínimo de esfuerzo, se puede asegurar que para conseguir buenos resultados en competición, es necesaria una adecuada preparación psicológica, sobre todo, ante contrincantes de nivel técnico y físico similar.

Este desarrollo cognitivo debe ser iniciado en las primeras edades, adaptando el proceso a los niveles físico - psíquicos del niño. El juego será el instrumento para incentivar el pensamiento táctico, y favorecer el desarrollo de las cualidades físicas desde una dimensión más motivante y divertida. Propugnamos un proceso de enseñanza táctica basado en la transferencia vertical, es decir, en la que los aprendizajes realizados en el pasado sean de aplicación útil a tareas similares, pero más avanzadas y complejas.

Diversos autores como Sánchez Bañuelos, F. (1992), y Devís Devís, J. Y Peiró Velert, C. (1992), sostienen que las tareas con una dificultad significativa en los mecanismos perceptivos y de decisión, son más susceptibles a planteamientos de enseñanza mediante búsqueda. También abordan la temática Copello Janjaque, M. (2001), y Becali Garrido, A. (2009), brindando acciones para la planificación de la táctica en el judo escolar.

Otros autores, como Morales, A. (2001), apuntan que la estrategia en la práctica más recomendable es la combinación global - analítica - global. Lógicamente, los niños por sí solos, o no llegarían a descubrir mediante la búsqueda la realización de las técnicas deportivas específicas, o bien, el proceso sería sumamente lento, dada la complejidad de éstas.

A nuestro entender, el enfoque de la preparación táctica mediante juegos proporciona mayor capacidad de concentración y de motivación para la práctica, desarrolla la creatividad y la inteligencia motriz, y favorece la interiorización de funciones tácticas como el de ataque, de defensa, y la contraofensiva.

En el análisis realizado se manifiestan como insuficiencias más significativas las siguientes:

- El documento normativo del deporte de judo, Programa Integral de Preparación del Deportista Judo (2012), no concibe la estructuración para el desarrollo del pensamiento táctico en su estructura para la categoría pioneril.
- La denominación de una etapa dentro de la estructura de preparación vigente para la iniciación deportiva, que solo indica el trabajo hacia la enseñanza y desarrollo de habilidades deportivas.
- La tradicional unión de la preparación técnica con la táctica en el Programa Integral de Preparación del Deportista Judo (2012), para la categoría pioneril.
- Se plantean en los programas de enseñanza elementos netamente técnicos para darle cumplimiento a los objetivos tácticos.
- El bajo nivel de resolución efectiva de los judocas de la categoría pioneril, en situaciones inherentes al pensamiento táctico dentro de los combates.

Para dar tratamiento a la situación identificada se define como objetivo de esta investigación, proponer una estrategia metodológica para mejorar el pensamiento táctico en judocas pioneriles del municipio Cueto.

DESARROLLO

En consecuencia se analiza el concepto de indicador, el cual es una variable que opera como variable intermedia de otra que se quiere medir, pero que no se puede medir directamente por observación. De manera que, se entiende como indicador a las variables que sirven para indicar los valores de otra variable, que no puede ser medida directamente. Son variables simples que suelen ser medidas directamente. Por consiguiente, las variables que conforman una variable compleja, es a lo que se denomina dimensiones.

Por ser las actividades deportivas esencialmente complejas y promotoras de grandes tensiones musculares, deben ser ejecutadas por el deportista de manera consciente, y esto es posible por la participación del proceso de pensamiento. En consecuencia, el pensamiento táctico prevalece en su importancia, pues constituye uno de los componentes esenciales que determinan la calidad de la acción del combate. Las

cualidades, o particularidades individuales del pensamiento táctico, son expresadas en los indicadores: profundidad, flexibilidad, amplitud, independencia, originalidad, rapidez. A continuación se expresan las dimensiones e indicadores para medir el pensamiento táctico en el judo:

Dimensión 1. Asimilación de la información. Es el modo por el cual el estudiante - deportista ingresa nuevos elementos a sus esquemas mentales pre existentes, explicando el crecimiento o cambio cuantitativos de este. Es un proceso básico para el desarrollo cognitivo de estos. Expresa además, una relación entre la información mostrada y el espacio - tiempo utilizado, lo cual es expresión de la percepción al momento de la distancia, y el análisis de la distancia y la acción.

Indicadores.

- Logra percibir al momento la distancia.
- Logra analizar la distancia y la acción.

Dimensión 2. Ritmo de previsión de la acción del contrario. Es lo operativo, donde aparecen las operaciones del pensamiento. Se relaciona con la anticipación de la acción que va a realizar el contrario, a partir de determinadas señales o indicios durante el combate. Es la apropiación de conocimiento donde se automatiza la ejecución de la acción, siendo el momento más importante para la efectividad en la mecánica del movimiento.

Indicadores.

- Previene las intenciones del adversario mientras oculta su verdadero plan.
- Elige adecuadamente la acción para aprovechar el momento, y determina la esencia de lo que percibe.

Dimensión 3. Operaciones mentales convergentes y divergentes. Las operaciones convergentes en este estudio, representan la habilidad de dar la solución correcta a las situaciones que se presentan durante el combate, que no requieren significativamente de creatividad. Por lo que, se mueve buscando una respuesta comprobada o convencional y encuentra una única solución al problema que se intenta resolver.

En el caso del pensamiento divergente o pensamiento creativo, es la generación de nuevas ideas, es decir, imagen sobre situaciones del combate que existe o se

encuentra en la imaginación. Son nuevas asociaciones entre ideas y conocimientos tácticos conocidos.

Este pensamiento divergente determina lo esencial. Se descubren sucesos a partir de la situación creada que habitualmente producen soluciones originales, aquellas que mejor se ajusten a la situación concreta a resolver durante el combate. Está en función de la flexibilidad, posibilitando establecer nuevas relaciones sobre lo que ya se conoce, de manera que se llegue a soluciones significativas y originales.

Indicadores.

- Mantiene bajo control gran parte de las acciones.
- Emplea profundidad única y poco frecuente. Varía dialécticamente su acción ante una situación que no satisface el logro de los objetivos.

Dimensión 4. Anticipación. La anticipación es la acción propia originada en una interpretación perceptiva correcta de los estímulos, ocasionados en el entorno antes de que el resultado de estos se materialice.

Indicadores.

- Logra mediante los indicios sustanciales la anticipación, de acuerdo a la variedad de acciones del contrario en la actividad competitiva.

Dimensión 5. Calidad del pensamiento táctico. Se entiende por calidad del pensamiento táctico según Mahlo, F. (1985), la comprensión adecuada de la solución mental y la rapidez con objetivo deseado que se toma.

Indicadores.

- Logra acciones resolutivas dentro de los combates que proporcionan ventaja, dependiendo de la situación motriz.
- Logra acciones adecuadas y con rapidez para lograr un objetivo.

Dimensión 6. Efectividad del pensamiento táctico. La efectividad del pensamiento táctico, estará en consecuencia con las acciones tácticas que proporcionen ventaja de acuerdo a la intención en cada una de las situaciones competitivas que requieren de complejidad significativa.

Indicador.

- Logra marcaje o penalización de acuerdo a la intencionalidad táctica.

Dentro de los principales métodos empleados en la investigación, se encuentran del nivel teórico el análisis – síntesis, el inductivo – deductivo, y el sistémico – estructural – funcional. Del nivel empírico el análisis documental, la observación, el test de memoria mecánica y lógica, el test de toma de decisiones, el test de cualidades volitivas. De los métodos estadísticos el cálculo porcentual, para procesar e interpretar los resultados a partir de la aplicación del instrumento elaborado para medir el pensamiento táctico. Se empleó un taller de socialización para valorar funcionalidad, pertinencia y factibilidad del aporte relacionado con las dimensiones e indicadores. Para determinar las dimensiones e indicadores se desarrollaron los siguientes procedimientos epistemológicos:

1. Análisis teórico del pensamiento táctico a partir de la caracterización de la muestra.
2. Criterios de selección de la dimensión.
3. Precisión de dimensión e indicadores.
4. Consulta al 100 % de los entrenadores que se desempeñan en la categoría en la provincia, para valorar la utilidad de los indicadores.
5. Valoración de criterios y sugerencias emitidos por entrenadores con experiencia.

Estrategia metodológica.

Acción Nº1. Trabajo en área del límite con la zona de seguridad.

Objetivo: Potenciar la percepción de la distancia.

Subdirección: Intelectual (capacidad sensorio perceptiva).

Fase: Desarrollo y adquisición de la forma deportiva.

Período: Preparatorio.

Etapas: Iniciación y Formación básica global.

Métodos: Modelación, explicativo demostrativo y repeticiones.

Método de intervención: Corrección de errores.

Elementos psicológicos a considerar: Correcta representación ideomotora, percepciones propioceptivas y interoceptivas. Creación y desarrollo de las estructuras cognitivas, enlaces neuronales, vías aferentes y eferentes.

Acción Nº2. Randori de kumi (agarres) con tarea programada ofensiva y defensiva.

Objetivo: Fortalecer la percepción óculo – manual.

Subdirección: Intelectual (capacidad sensorio perceptiva y campo visual).

Fase: Desarrollo y adquisición de la forma deportiva.

Período: Preparatorio.

Etapas: Iniciación y Formación básica global.

Métodos: Problematicación, explicativo demostrativo.

Método de intervención: Corrección de errores.

Elementos psicológicos a considerar: Correcta representación ideomotora, percepciones propioceptivas e interoceptivas. Creación y desarrollo de las estructuras cognitivas, enlaces neuronales, vías aferentes y eferentes.

Acción Nº3. Ataques sobre los kumi del contrario.

Objetivo: Estabilizar el nivel de precisión en los ataques sobre kumi del contrario.

Subdirección: Intelectual (capacidad sensorio-perceptiva del contrario).

Fase: Estabilidad y mantenimiento.

Período: Competitivo.

Etapas: Consolidación.

Métodos: Problematicación, explicativo demostrativo.

Método de intervención: Elaboración del plan táctico.

Elementos psicológicos a considerar: Utilización y desarrollo de las reacciones complejas. Ejecución de los movimientos en correspondencia con las exigencias de las situaciones, alto grado de tensión psíquica. Desarrollo del pensamiento operativo, movilidad de pensamiento.

Acción Nº4. Proyecciones con continuidad al Ne-Waza y virajes, cuando uke logra posición de 4 puntos, o acostado decúbito prono.

Objetivo: Fortalecer la ejecución de las técnicas preferidas y virajes con continuidad al Ne-Waza.

Subdirección: Intelectual (lógica resolutoria).

Fase: Pérdida temporal.

Período: Tránsito.

Etapas: Profundización.

Métodos: Problematicación.

Método de intervención: Corrección de errores.

Elementos psicológicos a considerar: Formación de nuevos hábitos motores.

CONCLUSIONES

Luego de realizar una detallada descripción de la propuesta, arribamos a las conclusiones de que las distintas acciones metodológicas y talleres de socialización, permitieron establecer los indicadores y dimensiones para el desarrollo de la investigación, aspecto que evidenció los bajos niveles de resolutivez en acciones inherentes al pensamiento táctico en el diagnóstico realizado.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Becali Garrido, A. (2009). *Metodología para el desarrollo de la fuerza en atletas femeninas de judo en el alto rendimiento*. (Tesis inédita de doctorado). Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". La Habana.
- Colectivo de Autores (2012). *Programa Integral de Preparación del Deportista Judo. Comisión Nacional de Judo*. La Habana: INDER.
- Copello Janjaque, M. (2001). *Diseño didáctico para la formación del judoka a partir de los elementos básicos y la estructura de la acciones*. (Tesis inédita de doctorado) Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". La Habana.
- Devís Devís, J. & Peiró Velert, C. (1992). *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*. España: INDE Publicaciones.
- Mahlo, F. (1985). *La acción táctica en el juego*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Sánchez Bañuelos, F. (1992). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
- Morales, A. (2001). *Métodos de la preparación táctica. Un reto para enfrentar la formación del deportista inteligente, creativo e independiente*. (Material inédito) Facultad de Cultura Física. Universidad de Camagüey.